常識

胡適題

第一百九十期
（民國十八年八月三十日）
■每份售洋二分■
館址（上海南京路五十六號

■定報價目
每三日出一張本外埠五個月一元全年二元寄費在內國外定報照價加倍郵票代現九五計值

■廣告價目
每期每格（方寸）五元共計五排均排於新聞之旁如嵌入新聞中及長期面議

青年男女應注意的睡眠常識

常識兩字。是很廣闊的。世界上凡事凡物。都有常識在着。小至個人的一言一語。一舉一動。也那一樣沒有常識。那末人們的睡眠。尤其是青年男女們的睡眠。更少不得常識了。茲把青年男女應有的睡眠常識。錄貢鄙見如右。掛一漏萬在所不免。還請讀者諒之。更願進而教之。睡眠須有一定的時間。睡眠的修短。也須有一定限度。倘使沒有一定的時間和限度。精神就得不到相當的調劑。身體得不到相當的舒養。我們青年人。多數沒有發育完全。正在像春樹一般的發榮滋長。倘在這時候的精神身體。都得不到相當的調劑舒養。那末對於發育上。自要要發生障礙。結果。身體衰弱。充滿了一派暮氣。甚至龍鍾類唐。活像一個衰敗老翁。再也做不出偉大的事業來。故青年的睡眠。委實不可不注意的。

依在下的意見。睡眠修短。以八小時爲限度。過修過短。都非衛生。睡眠時間。下午十時入睡明晨六時起身。因爲下午十時。身體精神俱告疲乏。正在需要睡眠。明晨六時起身。修養已足。再散步潔淨之地。呼吸新鮮空氣。這樣做去。不愁不達健全之境。

睡眠前的腦海。應當純正明淨。切忌想入非非。他像富於剌激性的妖怪戰亂等等。尤當謹愼。莫使一入腦中。那末可得一夢酣然。無牽無罣。這樣的睡眠。最益衛生。倘在睡前胡思亂想。剌激重重。定然不易入睡。入睡後。定多種種幻夢。這樣的睡眠。得益定然淺鮮。

睡眠前的閱書。有有益與有害兩種分別。有益的是患了失眠症。夜間不肯入睡的當兒。選取那些聖賢書傳。或是科學一類的書。細細觀閱。那末轉瞬就會交睫。因爲這類書藉。都是非常精深。不易一目瞭然。故比一帖催眠劑還靈。有害的。是已在需要睡眠的當兒。却拿那些神怪稗史。言情小說部。或竟性的刊物。倚枕閱讀。這樣下去。小之傷目耗神。大則傷身伐體。故正需要睡的候。切忌倚枕閱書。再說患失眠的雖然宜於閱書。但也切忌神怪言情性刊等。否則。就要雪上加霜了。

睡眠中的遺精。是一種最利害的一個疾。這病的起源。不外乎在睡前閱讀淫穢之書。聆人淫穢之語。因爲睡前閱淫聆書語。每易令人悠然神往。想像個中樂趣。於是交睡後。亂夢頻頻。不由不自動。遺洩。或者也因睡前閱淫書。聆淫語後。胡思亂想。不易交睫。於是神志昏瞀。施他非法出精。像手淫之類。以驅散圖圖慾火解決。縷縷春情。兩者結果。都足傷身殞命而有餘。倘欲避免此種危險。患者。睡前。莫閱淫穢之書。莫聆淫穢之語。已患者。睡前潔其心思。澄其亂念。再佐以人功的預防。藥力的扶助。那末必會爽然若失。青年男女。愼莫河漢斯言。以上云云。不過舉其犖犖大者。其餘的常識正多。端在諸君自愼之。（緇佛）

（丁）

本期要目

■青年男女應注意的睡眠常識
■博場中失敗後之覺悟
■記遊戲場內之黑幕
■治出尿方
■名媛是這樣的
■一個情賊
■去紙上血跡法
■車廂一瞥
■迷信之害
■治眼凹法
■西方格言

華商三和總公司啓事

本公司經營中外貿易進出口貨批發與另售計分下列各部

■門市部　爲便利顧客特另闢一部零售各貨擬設分部於各中區地處（北區已設於上海大戲院隔壁）

■代辦郵購部　專以便利外埠顧客與華僑。信用卓著取佣五厘。

又推廣部有推銷各種貨物之能力。並代售貨品。■另收廣告費。兼寄售書報。

吾人購貨雖往還奔波。仍難得價廉滿意之貨物。本公司依十數年辦貨經驗。擬擴充營業代客精選各種日用百貨。抱「薄利多銷」宗旨。使顧客『適』用而滿『意』。達到上列商標眞義。雖未全備。但已積極籌備。并將已辦貨物。先行銷售。

■星期日本公司第一門市休業一天

■第二門市部星期日照常營業。晚間至九時止。

華商三和公司　第一門市部南京路五十六號電話一九四一九　第二門市部北四川路五〇五號上海大戲院隔壁

■車廂一瞥

（柳絲）

我國缺乏常識之處。隨時可見。尤以公衆地方爲甚。下記一事。即其一也。星期四晨六時。因事乘十八路電車赴虹口。時當各工匠上工之際、每站趁車者極夥。爭先恐後。時起紛擾。開車者慮有人滿之患。堅不開門。乃有電燈廠小工數人。揉升鐵欄。跳入車廂。嚴辭詰責。賣票人稍與理論。幾飽老拳。迨至裏虹橋。攀於車後者。如蟻附羶。愈聚愈衆。開車者欲疾駛而去。詎被若輩將電桿繩拖下電綫。遂停頓一時人聲鼎沸。車幾阻交通。隨後各電車亦唧尾相接。不能前進記者所乘之電車上開車及售票人。亦躍下電車。磨拳擦掌。兩陣相對。幾夫接觸。幸巡捕趕至。力爲排解而散。否則必肇巨禍。夫車廂既無立足地。而獨欲逞一己之意。强行登車。幾演武劇。所謂公衆道德。公衆秩序。茫無所知。嗚呼。

■迷信之害

我國人之迷信。由來已久。而彼星相巫卜之輩。更遍地皆是。鼓其如簧之舌。揑造是非。於是愚夫愚婦。遂益爲所迷。嗚呼。彼星相巫卜者。豈眞以他人之生命爲視哉。心目中無非金錢耳。

一日。余友王君。因時運之不佳。就卜於某星相家。藉知未來命運。該星相者遂大施其敲詐手段。謂『欲知底細。非再出數元不辦。』蓋該星相者既見王君趨前求卜。不言而知其信我。於是還其信而迷之。必能達到詐財目的。而王君仍不之察。其愚亦不可及矣。

更有既耗錢而又殞命者。蓋如卜者妄言某甲今年有殺身之災。於是甲終日鬱鬱。驚恐莫名。卒以憂鬱過度而眞嗚呼哀哉。其害可謂甚矣。又有迷信於神道者。如遇家人臥病。輒有召神巫至者。求其治愈。而彼巫者。胡言亂語。非謂得罪何神。即謂結寃某鬼。治之之法。可委余至某神或某鬼處求之。病即得愈。病家若從其言。必更巧立名目。索詐百端。卒至金錢耗去。病勢反增。卽至斃命者。亦比比然舉目可見也。是以迷信者。實爲世間之大害。雖而彼星相巫卜更爲人類之公敵。望智識階級中人。急起除害而滅敵也。（陳修椿）

■治眼凹法

（文健）

眼球凹內。殊不美觀。如欲療治。宜服適度之滋養物。尤宜時時運動。使其血液流行。並常以手撫迴眼球。日久自能見效也。患此不妨按此實行。轉美可待。

■西方格言

驕則羞辱隨之。（英吉利）

男人固宜爲家長。但以女子爲中心。

（本區）在子僅一少年時

路）

小裂縫。入海即成巨禍。

愉快與活潑。可以長生。

（　）

警告新讀者　家庭必備要書

若要得到他人費盡金錢時間的經驗！

非購新近出版之常識大全不可！

■第一集■

常識大全

■特價一元■

本報出版至今條已一載有餘惟因材料豐富排印精美備受各界人士之歡迎致第一期至第六期之本報早已銷售一空茲應新讀者誠懇之請求特將該六十期編印爲彙刋現該書業已印就不但裝訂考究而且所用紙張均係百期時所用之粉紅瑞典紙印刷亦非常清晰現爲優待讀者起見凡持此廣告否則無效來購者概照定價一元五角打一七折

■內容有■（不克備載）

■手淫與遺精 ■印刷之內行訣門 ■登廣告手續 ■吃的經驗 ■上海生活指南 ■賭錢必贏法 ■吃大菜門檻 ■焰火配置法

■梅毒自療法 ■醫治雀斑法 ■投考指南 ■翻戲之黑幕 ■通信社之內幕 ■小報界之內幕 ■上法庭之規則 ■經商發達術

■青紅幫之內幕 ■交朋友之常識 ■包搖會之內幕 ■上海旅館之派別 ■弄堂黑幕 ■投稿必取法 ■致富捷徑 ■求婚常識

■投稿比賽

現金爲獎　每期發表

■本報爲鼓勵讀者興趣起見。特舉行『投稿比賽』。以答愛護本報諸君。優勝稿件概於篇末註明『某等獎』。按期發表。

■獎金計分甲等三元。乙等二元。丙等一元。丁等五角。戊等二角。發表十日後。即可領取現金。以一月爲期。過限作爲却酬論。領獎應具條蓋章。以清手續。

■加入比賽者須於稿末附詳細姓名住址并附印章。否則作却獎論。

□博場中失敗後之覺悟

賭之爲害。盡人皆知。然又人人嗜之。世富者一擲千金無吝也。貧者亦必告貸質當以其呼么喝六之樂。自古以來。因賭而傾家喪命者。不知凡幾。嗚呼。世人既知其害而反趨之。卒之金盡名裂。可勝哀哉。余亦賭徒之一。自前月博場中失敗後。經濟異常窘乏。心境尤感痛苦。今雖覺悟前非。然已追悔莫及。余於未入博場之先。固一快樂之家。經濟雖不寬裕。然亦無十分叫苦之態。現在債台高築。父責妻怨。鎮日難堪。悲不自勝。豈非自取之咎哉。

夫賭場專爲營利而設。每年開銷達數十萬之鉅。若不穩進厚利。何能久存。以多數人血汗之金錢。養成彼等爲富家翁。語云。一將功成萬骨枯。其意可相去何如耶。　賭徒投稿

□記遊戲場內之黑幕（迂者）

遊戲場中有一種賭攤者。式如普通商櫃。四週遍飾紙花電燈。以資點綴。櫃後列鴿籠式之貨櫥。櫥分方格約百。每格置貨品一事。內裝紅白小電燈。各一燈接電鈴式之電紐。各紐相聚成束。懸於櫃前。上標紙條。書曰每撳小洋一角。設攤者。立於櫃內。呼曰。每小洋四角可得五撳。以示放盤之意。客有好奇者。付錢之後。就電紐按之。某格燈亮。即得某格內之貨品。以示獎勵。但櫥內所列各物什九爲不值銅元三枚之糖菓一包。餘亦爲不值一元之小檯鐘熱水瓶及化粧品等。故以普通眼光觀之不過一遊戲式之攤販而已。熟知此即詐欺取財之機關也。彼輩於顧客了了時。由同道中人佯充顧客。每四五次中。必得大彩。旁觀者。不察爲其誘惑。且以所費不多。從而嘗試也。先付小洋四角。任意選電紐五個。一一按之。五次按畢。所得均屬糖菓。心中未免不快。設攤者可從旁設辭曰。若獎物璧還。可復按十三次。待十三次按畢。所得仍屬糖菓。心中更爲懊喪。於是設攤者復曰如獎物璧。重可按二十一次。客於疑焉。乃問曰。然則連續不息。將按至若干次而止耶。彼則曰。得大彩後乃止。腦筋遲鈍者。以其言而有信。仍繼續其工作。按之復按。所得獎物。間亦有熱水瓶等大彩。設攤者計客按至八九十次時。乃止曰。可矣。計算獎物。即向客索值。每物一事。即代表一按。須值一角。總共須七八元之譜。客心不甘而向之理論者。彼則曰。天下寧有如此便宜事。每撳小洋一角。固明明標在目前。君何未之見耶。速將錢來。毋費乃公寶貴之光陰。言時。面目猙獰。勢將用武。同時後有同道中人四五輩。四週環集。將客圍之核心。笑者。詈者。揶揄者。勸者。紅面白面。做好做歹。客非盡罄所有之金錢。萬難回復自由。此種騙局。務望讀者互相告誡。幸勿嘗試也。

□獨家發售　各種各貨　乒乓用具

標準五夾木乒乓板　五角
標準四夾木乒乓板　五角
標準三夾木乒乓板　三角半
標準網柱（伸出檯外）　二元
標準乒乓網　六角
標準乒乓天瑪牌球　一角一分
代售『乒乓規則』　三角

華商三和公司　南京路五十六號

□治出尿方

夜中出尿。以小孩居多。時於夜半熟睡之後。不覺大出其尿。這也是一種隱疾。吾弟今年六歲。亦患是病。無夜不出。屢以致面黃肌瘦。精神不振。又復受家長之打罵。眞所謂「啞子吃黃蓮。說不出的苦」後由我友介紹一方。令弟服之。不及一月。病即告愈矣。是方即以生白蓮。日食廿粒左右。蓋甚簡單也。子女有患此者。盍一試之。（張建夏投稿）

林澤蒼　高維祥　合著

露光指南 出版

攝影最難問題在於露光之準確。一能解決。即易成功。露光既如是重要。故攝影專書每不厭其詳。轉使學者莫名其妙。實則極易。本書所述。能使毫**無經驗者頃刻成功**費了五分鐘即可畢事。創作。**標準露光時間**可以簡易心算。即能攝優美之照片。并可完全不用儀表新購攝影器及初學者與未購『增廣攝影良友』者。不可不購備一冊。每本實價五角。各照相館書局均有出售。外埠須直接向上海南京路五十六號

中國攝影學會出版部 總發行所批購

□購報之常識

市上畫報。售價過昂。因有『捲筒紙畫報』之發行。溶合畫報與小報於一爐。用上等黃色捲筒紙。彩色精印。印刷由外國技師擔任。尤覺美麗。精短文字。有趣文藝與美麗銅圖各十餘。宗旨純正。注重學界商女界與婦界與社會消息。每逢星期六出版。惟銷路僅暫限本埠。各**報販**均有**出售**。每份售價**銅元三枚**。既精具畫報之華。又富有文藝之價值。而售價則與小報同。故閱報以購圖文雙絕之『捲筒紙畫報』最爲經濟，市面銷罄，則函索附郵票一分寄南京路五十六號常識報館收轉即得一份（八）

做人難

□因爲學到老還要時時吃虧
□有的話父母對子女不能說
□有的事夫妻男女都不便直講
▼所以家庭失和個人受累
補救之法——▼應閱常識報
▼因爲許多材料都是費去許多金錢時間換來的經驗。不論男女每家最少應定閱一份。送禮更宜。每年一百二十期連寄費僅收二元。所得利益決能超過代價。『館址上海南京路新門牌五十六號』

婦女生活

少女協助會編

□名媛是這樣的

▲女士們還是做非名媛吧

最近的甚麼名媛競賽會。請女士們都聽到的了。不知女士們也想做這們一個名媛嗎。但據我看來。還是做非名媛的好。

女士們的虛榮心。不是正在極力剗除了。現在仍在利用你們的虛榮心。這樣的名媛。豈非還是非名媛的好。

女士們對於玩物二字。不是痛極惡絕嗎。現在更把你們做玩物的附屬品。這樣的名媛。豈非還是非名媛的好。

名媛的結果。是一輛汽車。一筆游貲。這樣的名媛。豈非還是非名媛的好。

做了名媛。連自己都不曉得爲了怎樣才得做着名媛。這樣的名媛。豈非還是非名媛的好。

名媛是這樣的。女士們還是做非名媛吧。

□一個情賊

▲致阿姨的一封情書　錢孔

編輯先生。我見他這封信後。就令我生發無限的恐怖。但也不知慌怖的所以然。今把這信寄給貴報。請求貴報披露者。希望借此消散些我的恐怖。不編輯先生和讀者。能够如我的嗎。

阿姨。我最親愛的阿姨啊。現在我可以不叫你阿姨麼。現在你的心理如何。我是並不知道。不過我這封信。是被一股勇氣衝動而寫的。還有一件。在未提筆以先。我是要聲明的。甚麼呢。就是請你見了這封信。不要害怕。我並不是來侮辱你。來破壞你。因爲我自從成人以後。總算讀過幾天書。知識上也略有見地。對於人生一切。並未感覺到樂觀的地方。所以看見了你的芳容。和你那幽嫺貞靜的態度。和你的學問。品行。樣樣使我豔羨的。眞可說是『卿秀外慧中。令人愛（此愛不是非分之愛。請你不要錯解。）而忘死啊。』後來猛然感觸到你的身世。爲什麼這樣的飄零。哦。我明白了。這都是金錢作祟呀。想你乃是個如花似玉的女郎。不幸爲金錢所驅使。嫁了這年過半百的老頭子。簡直把你一生最圓滿最甜蜜。最溫存的幸福。消滅殆盡了。料想你的情況。也免不了每天過那愁悶生活。別說心裏的安慰。就是精神上的安慰。恐怕也沒有一人來供給你吧。至於我的境過。你也知道的。我們倆可說是『同病相憐』了。現在好了。我這個要求。可以解除我們的痛苦。不知你能答應嗎。我在未說以前。也要先陪個罪哩。所上我不是說過麼。現在我可以不叫你阿姨。那末叫甚麼呢。從此以後。我叫你『親愛的姐姐』。你能眞心承受嗎。即使你答應了我。而還有一個問題。不可少的。就是雙方必須保守祕密。半點都不可疎忽的。那麼此事爲甚麼不當面說呢曖。我的姐姐呀。此事我也想同着你的面前要求。怎奈沒有機會可乘。就是有了機會。因爲我這個「羞」字的關係。也是一句都說不出來。假使那一次我鼓着勇氣要想說時。然而終歸被舊禮敎壓制住了。只好徒抱悵惘而已。後來想來想去。沒有別的法子。才寫這封信給你。以上的情形。都是愛慕你而生出來的。也完全是肺腑苦衷。並未揑造一字。要有半點非分的思想。我敢矢同天日。請你看了。須要再思……原諒……呀。倘不以「唐突」「冒昧」責我。而有『互憐』的心意。那眞是我前生之福了。情長紙短。書不盡言。請你趕快回信給我吧。再會。

編者按。他委實是一個情賊。何怪你要恐怖了。倘他不是個情賊。他就不應該對着不當談情說愛的你。硬欲談情說愛。這樣越出情的範圍。不是個情賊嗎。尤足證明他是情賊的地方。就是他的措詞遣意。在在含着引誘的性質。那末我們對這情賊。怎可不施相當的警戒呢

□去紙上血跡法

紙上有血跡。宜用生薑切成薄片。貼在血跡上。再三更易之。則血跡自落。

□求愛成功捷徑

□應迎合女子心理

愛情雖重精神，惟隨時仍須以物質贊助其成功，投桃報李，益能增加感情之熱度，雖然在未到求婚結婚期，切不可以金珠首飾等貴重物品贈與心愛之女子，以免後來種種之不便，須知女子好裝飾，愛閱刊物，男子宜體貼而迎合其所好，以博歡心，若至大馬路二十號華商三和公司選購法國各種優等化裝品，如胭脂水，香粉，美容黑痣等最受女子之歡迎，或者向南京路二十號定閱『攝影畫報』全年現特價二圓郵費在內有『價值二元之連環贈閱劵四紙可贈。』蓋該報之宗旨純正，印刷由外國技師担任。趣向女界消息也。以贈意中人。必受歡迎。男子能迎合女子心理。則情場凱旋。易如反掌。（三）